

# **Educació física, emocions i alumnat**

**Javier GARCÍA i BAUTISTA**

Màster de Formació del Professorat d'ESO, Batxillerat i FP. Educació Física

Professora: Gemma Boluda

Facultat d'Educació-Universitat de Vic

Vic, juny de 2012

# ÍNDEX

	<b>Pàgina</b>
1. Introducció	4
2. Marc teòric	5
3. Metodologia	11
4. Resultats	17
4.1. Dades quantitatives	18
4.1.1.1. Observació 1. Futbol sala	18
4.1.1.2. Observació 2. Futbol toc	20
4.1.1.3. Observació 3. Bàsquet	22
4.1.1.4. Observació 4. Bàsquet anotador	24
4.1.1.5. Observació 5. Beisbol	27
4.1.1.6. Observació 6. Beisbol congelat	30
4.1.1.7. Observació 7. Handbol	32
4.1.1.8. Observació 8. Handbol tots	34
4.1.1.9. Observació 9. Hoquei	36
4.1.1.10. Observació 10. Hoquei balança	38
4.2. Dades qualitatives	40
5. Discussió	41
6. Conclusions	42
7. Bibliografia	45

# ÍNDEX DE TAULES I GRÀFRIQUES

	<b>Pàgina</b>
Taula 1. Emocions negatives	7
Taula 2. Emocions positives	8
Taula 3. Emocions ambigües	8
Gràfica 1. Futbol sala	19
Gràfica 2. Futbol sala: total emocions	20
Gràfica 3. Futbol toc	21
Gràfica 4. Futbol toc: total emocions	22
Gràfica 5. Bàsquet	23
Gràfica 6. Bàsquet: total emocions	24
Gràfica 7. Bàsquet anotador	26
Gràfica 8. Bàsquet anotador: total emocions	27
Gràfica 9. Beisbol	29
Gràfica 10. Beisbol: total emocions	30
Gràfica 11. Beisbol congelat	31
Gràfica 12. Beisbol congelat: total emocions	32
Gràfica 13. Handbol	33
Gràfica 14. Handbol: total emocions	34
Gràfica 15. Handbol tots	35
Gràfica 16. Handbol: total emocions	36
Gràfica 17. Hoquei	37
Gràfica 18. Hoquei: total emocions	38
Gràfica 19. Hoquei balança	39
Gràfica 20. Hoquei balança: total emocions	40

# 1. Introducció

L'educació física és una de les assignatures que més ha evolucionat al llarg dels anys. Un temps abans l'anomenaven "gimnàstica", i es va haver de lluitar molt per aconseguir fer entendre a la gent que ja no es saltava el poltre o es feien moviments de braços i cames al so del xiulet del professor/a. Anys després, es van integrar molts esports que en el seu moment van donar una glòpada d'aire fresc i sa a l'assignatura. Avui en dia, l'educació física és molt més que fer esport, com diu Paco Seirul.lo, un dels referents d'aquest país sobre rendiment i educació física, " l'objectiu de l'educació física és educar i de l'esport competir. Són objectius diferents i el procés de formació ha de ser diferent". Per aquest motiu, per educar s'ha de transmetre als alumnes uns valors i unes emocions que moltes vegades no trobem representades en els esports.

Quan es realitzen tasques a educació física, aquestes produeixen unes emocions determinades a l'alumnat, segons Serrano "l'emoció és una reacció conductual i subjectiva produïda per una informació o experiència provinent del món exterior o interior" (Serrano 2009:67). D'aquesta manera, durant el procés d'ensenyament-aprenentatge, quan el professor/a condueix una tasca, existeixen unes emocions per part de l'alumnat que no poden passar-se per sobre ja que, si es vol oferir un ensenyament de qualitat, és important establir un clima emocional apte per tal que l'alumnat estigui motivat per realitzar educació física.

Els centres educatius representen un espai en el que el nen/a i l'adolescent té l'oportunitat d'experimentar i aprendre a ser subjecte d'aquesta societat. Com diuen Fernández, Luque i Leal "els centres educatius no poden estar exempts d'intencionalitat i manifestacions neutres, ja que han d'influir deliberadament en l'alumnat, per modificar conductes, modelar la seva consciència i desenvolupar la seva posició ètica" (Fernández, Luque i Leal 2010:65). Les emocions estan presents en les diferents situacions que ens trobem a diari, per aquest motiu, aquesta recerca pretén donar a conèixer el tipus d'emocions que existeixen

quan els alumnes realitzen educació física i la relació d'aquestes emocions amb les tasques que estaven desenvolupant en aquell moment.

Aquesta recerca està elaborada sota el paradigma sociocrític ja que no es considera exclusivament empírica ni únicament interpretativa. Com es pot comprovar amb l'observació, les dades que s'extreuen són de tipus quantitativa i qualitativa, posant èmfasis en les vivències dels alumnes que conformen la mostra. Aquesta recerca fa una reflexió crítica de l'educació física en els centres educatius, ja que els problemes parteixen de situacions reals i tenen per objecte aquesta realitat de cara a la millora del grup, per tant, els problemes de la investigació arrenquen en l'acció, Soler i Vilanova (2010).

El disseny de la investigació ha anat variant a mesura que es realitzava gràcies a les diferents aportacions de professionals de l'educació i de l'educació física que han aconseguit fer-me veure que l'educació física és una assignatura amb recursos educatius quasi inacabables.

## **2. Marc teòric**

Un dels principals motius del fracàs escolar, segons Fernández és “la falta de motivació per part de l'alumnat. Això, és degut a que els centres educatius no compleixen les exigències per una educació socio-afectiva degut a que tradicionalment han primat el coneixement per sobre de les emocions, sense tenir en compte que els dos aspectes no es poden desvincular” (Fernández 2009:35). En el cas de l'educació física, el problema no és que s'hagi donat més importància als conceptes, sinó que com diuen De Montes i Montes “generalment no es fomenta la intel·ligència emocional i els alumnes estan insatisfets, insegurs, sense valors, indisciplinats, violents i amb baixos rendiments” (De montes i Montes 2002:127).

Per tant, la pregunta inicial que vol respondre aquesta recerca educativa és la següent: quines són les activitats més adients per fomentar un bon clima emocional en un grup, quan aquest està realitzant educació física? Al respecte Fernández, Luque i Leal evidencien “la importància del professor/a com a

mediador d'experiències d'aprenentatge per tal de preparar l'alumne per assumir amb eficàcia, autonomia, iniciativa i creativitat els constants reptes que la vida els hi imposa" (Fernández, Luque i Leal 2010:70).

Avui en dia es respira un cert aire de preocupació pel que fa a l'educació, els últims informes PISA no sembla que donin molta esperança als estudiants. Si ens fixem en l'educació secundària no s'observa gaire optimisme, als adolescents generalment els preocupa tot menys el seu futur i la seva formació, i el professorat està més preocupat en mantenir l'ordre a l'aula (que no és poc) que no pas d'ensenyar als estudiants. Hi ha moltes teories que expliquen el motiu pel qual l'educació no sembla anar pel millor camí possible, però cal destacar per sobre de totes la de Corbella que tot i no explicar el motiu d'aquesta crisi educativa directament, ens fa pensar que alguna d'aquestes idees no es fan del tot bé; diu així: "educar implica transmetre valors, coneixements, habilitats, desenvolupament dels recursos, capacitat per pensar i reconèixer la pròpia identitat i els sentiments. L'educació és un mitjà per aconseguir el desenvolupament de la personalitat aprofitant la relació entre les persones"(Corbella 2004:169).

Avui en dia, l'educació no sembla que arribi a horitzons tant profunds, preocupa més transmetre coneixements, i es deixa de banda aspectes molt importants pel desenvolupament de la persona. Respecte l'educació física, s'ha de dir que ha evolucionat considerablement, tot i això, només cal fixar-se en l'opinió de la societat envers a aquesta assignatura per adonar-se que alguna cosa no funciona correctament. Corbella diu que "resulta molt més fàcil ensenyar literatura catalana o matemàtiques que ensenyar a viure" (Corbella 2004:169). Els professors d'educació física no haurien de deixar de banda les relacions, els valors, les emocions, l'autoestima dels alumnes, etc, ja que com diu Fernández (1998) "el docent ha de vetllar per tal de que l'alumnat obtingui una educació integral. Per aconseguir aquest fet, a banda de transmetre coneixements, haurà d'afavorir una educació gràcies al foment de normes i valors que permetin a l'alumne el grau d'autonomia que necessita per poder viure en el món en el que habita en les millors condicions possibles".

Les persones estem exposades constantment a tot tipus d'emocions. D'emocions, en trobem de molts tipus i Bisquerra va establir una classificació psicopedagògica que ajudaria a comprendre el tipus d'emocions que hi ha i quines sen deriven d'aquestes (Bisquerra 2009:92-93).

Primàries	Provoca
Por	Temor, horror, pànic, terror, paüra, desassossec, fòbia
Ira	Malentesos, ràbia, fúria, colera, rancúnia, odi, indignació, ressentiment, aversió, exasperació, tensió, excitació, agitació, acritud, animadversió, irritabilitat, hostilitat, violència, gelosia, enveja, impotència, menyspreu, antipatia, rebuig, recel.
Tristesa	Melancolia, pena, nostàlgia, aflicció, depressió, frustració, decepció, dolor, pesar, desconsol, pessimisme, malenconia, autocompassió, solitud, desànim, desgana, abatiment, disgust, preocupació.
Fàstic	Repugnància, aversió, rebuig, menyspreu
Ansietat	Nerviosisme, angoixa, inquietud, inseguretat, estrès, preocupació, anhel, neguit, consternació, desesperació
Vergonya	Timidesa, enrogiment, inhibició, culpabilitat, xafogor, pudor, cautela, rubor, vergonya aliena

*Taula 1. Emocions negatives*

Primàries	Provoca
Alegria	Eufòria, plaer, delit, entusiasme, excitació, content, sotrac, gratificació, satisfacció, capritx, èxtasi, alleujament, gaubança, humor
Amor	Acceptació, afecte, tendresa, amabilitat, empatia, interès, cordialitat, afecte, confiança, afinitat, respecte, devoció, adoració, veneració, enamorament, àgape, gratitud, interès, compassió
Felicitat	Benestar, goig, tranquil·litat, pau interior, placidesa, satisfacció, serenitat

*Taula 2. Emocions positives*

Primàries	Provoca
Sorpresa	<i>Pot ser positiva o negativa.</i> Sobresalt, sorpresa, esglai, desconcert, confusió, perplexitat, admiració, inquietud, impaciència. En l'altre extrem de la polaritat podem trobar anticipació i expectativa, que pretenen prevenir sorpreses.

*Taula 3. Emocions ambigües*



Segons Bisquerra i Pérez, el procés d'educació de les emocions s'estructura en cinc competències emocionals, que guien el procés ensenyament-aprenentatge (Bisquerra i Pérez 2007:9).

Competències emocionals:

- Consciència emocional: capacitat per prendre consciència de les pròpies emocions i les emocions dels altres, així com l'habilitat per captar el clima emocional d'un context determinat.
- Regulació emocional: capacitat per gestionar les emocions de forma apropiada.
- Autonomia emocional: capacitat de portar una bona autogestió de les emocions.
- Competència social: capacitat per mantenir relacions saludables amb els altres.
- Competències per la vida i el benestar: capacitat per adoptar comportaments apropiats i responsables davant la solució de problemes personals, familiars, professionals i socials, amb el fi de potenciar el benestar personal i social.

Tolle exposa que “l'emoció és la reacció del cos a la teva ment” (Tolle 2004:45-46) . És a dir, davant d'un pensament d'atac crearà una acumulació d'energia en el cos anomenada ira, això és degut a que el cos es prepara per una possible lluita, evidenciant d'aquesta manera una relació entre el cos i la ment. D'altra banda, també trobem que els sentiments i el cos estan estretament relacionats, ja que com diu Damasio (1996) la “essència d'un sentiment és la percepció directa del llenguatge del cos”.

Els sentiments són una informació directa sobre l'estat, l'estructura i la regulació del cos, ja que, un no pot sentir un ambient excepte a través del seu efecte en el cos. En aquest mateix sentit, Damasio (1996) també feia referència a que existeix un vincle entre el cos i els pensaments. Ell exposa que l'ànima respira a través del cos, i el patiment, ja comenci a la pell o a la imatge mental,

té lloc a la carn del propi cos. Tot això ens fa pensar que el cos no funciona només atenent a allò que és físic, sinó que les emocions i la ment estan associades al seu funcionament i és impossible separar-les, per aquest motiu es pensa que les emocions i l'educació física han d'anar de la mà, ja que l'ésser humà es considera un conjunt indivisible i allò que repercuteix físicament o fa també emocionalment i viceversa.

Un dels motius pel qual avui en dia a educació física no es tenen gaire en consideració les emocions, segons Lagardera (2007) és perquè continua fixada en el concepte de moviment, clarament definit i tractat per la física mecànica, però imprecisa i superficial per explicar i comprendre l'acció humana, complexa i repleta de singularitats. Segons aquest mateix autor, la majoria del estudiosos estan d'acord en que l'objecte d'estudi de les ciències de l'activitat física i de l'esport és el cos en moviment, però aquesta perspectiva no es reflexa en la pràctica real i en nombroses ocasions, queda reduïda a l'ensinistrament corporal.

Una bona prova que l'educació emocional i les emocions a educació física està poc estandarditzada és la bibliografia. Actualment trobem molt poca bibliografia en comparació amb altres temes relacionats amb l'educació física. Avui en dia encara existeix molt professorat que basa l'assignatura en el desenvolupament de la condició física i en l'ensenyament d'esports individuals i col·lectius.

Segons Dávila, "sovint es pot observar com el professorat primer executa de manera correcta algun moviment tècnic esportiu i després demana a l'alumnat que ho repeteixi per tal que l'alumne ho integri" (Dávila 2007:45). D'aquesta manera es segueix el camí estímulo-resposta fora del context de l'acció real i no es té en compte el interès per jugar dels nens i joves i el que representa, a banda de millorar la condició física, realitzar aquestes activitats.

Capel (2002) exposa que el professor/a d'educació física moltes vegades es dedica a ajudar a l'alumnat a participar en un procés que inclogui portar a terme l'acció i avaluar l'acompliment. Aquest interès en la condició física per sobre de les emocions, valors o coneixements, el trobem inclús als centres de formació. Actualment, podem veure com a la majoria de universitats en que es realitza la

llicenciatura o el grau en Ciències de l'activitat física i de l'esport (primers estudis necessaris per poder ser professor/a) existeixen proves físiques en les que es valora la condició física per determinar quins alumnes podran accedir als estudis i, en cas que estiguin interessats, ser futurs professor/es.

El professorat d'educació física que basa els seus ensenyaments en reproduccions mecàniques o a través de l'acció motriu, sense tenir gaire consciència, crea unes emocions positives, negatives o ambigües a l'alumnat.

Com hem dit abans, les emocions són descarregues automàtiques que impulsen a l'organisme cap a l'acció, per aquest motiu seria important que el component motriu que conté l'educació física, estigués relacionat amb les emocions de l'alumnat, ja que, d'aquesta manera es podria aconseguir una bona predisposició dels alumnes i estarien altament motivats permeten aquest fet afavorir un bon clima emocional en el grup.

### **3. Metodologia**

Després de recollir tota la informació necessària, sintetitzar-la i relacionar-la, ens formulem les següents hipòtesis:

**En la pràctica dels diferents esports col·lectius i individuals es produeixen emocions positives i negatives. La hipòtesis es basa en que aquestes emocions podran ser transformades, majoritàriament, en emocions positives modificant la lògica interna del joc.**

**La segona hipòtesis que trobem és que les activitats cooperatives afavoreixen en gran mesura les emocions positives, mentre que les activitats competitives poden crear dintre d'un grup més emocions negatives que no pas positives. Pel que respecta a les emocions ambigües, no es preveu una gran influència en el resultat.**

López i Gutierrez destaquen dos grans conceptes, per una banda "una educació física de caràcter més tradicional que preval la consecució dels objectius per sobre d'altres components del procés" (López i Gutierrez 2002:1),

aquest model es concreta només a partir dels resultats esperats com serien els canvis observables en la conducta i la seva definició de manera operativa per avaluar l'aprenentatge. Els continguts són tancats i els mètodes d'ensenyament reproductius, ja que posen èmfasis en l'execució, l'eficiència i l'eficàcia dels moviments a través d'un estil d'ensenyament basat en el comandament directe per sobre d'altres tipus d'estils. També, López i Gutierrez exposen un altre model de caràcter integral en que "l'objectiu no es converteix en l'eix vertebrador de tota la seqüència d'ensenyança encara que és una peça clau. Es concreta a partir de la significació dels aprenentatges i el seu valor formatiu intrínsec" (López i Gutierrez 2002:1). Aquest model es basa en la motivació i en tots els aspectes del comportament, com per exemple l'atenció a aspectes motrius, cognitius, afectius i socials, mitjançant tasques obertes i significatives a través de contextos del joc en que preval la tàctica. Es posa èmfasis en la comprensió i en la presa de decisions a través de portar a terme mètodes d'ensenyament com l'exploració guiada i l'ensenyança recíproca entre d'altres.

Pel que respecta als indicadors i les dimensions, es passarà un qüestionari cada vegada que els alumnes realitzin activitats. D'aquesta manera es podrà establir quines són les activitats que produeixen emocions més positives a l'alumnat i el perquè ho són.

Per portar a terme aquesta investigació es realitzarà una observació indirecta. Es passarà un qüestionari a alumnes d'un grup de quart de l'ESO un cop finalitzin cada activitat que se'ls proposarà, les dades que s'extrauran, seran enregistrades gràficament i d'aquesta manera es podran analitzar fàcilment. Aquesta observació es durà a terme continuadament en 10 sessions de aproximadament 55 minuts cadascuna, la temporització d'aquestes sessions serà la següent:

Sessió 1: futbol sala

Sessió 2: futbol toc

Sessió 3: bàsquet

Sessió 4: bàsquet anotador

Sessió 5: beisbol

Sessió 6: beisbol congelat

Sessió 7: handbol

Sessió 8: handbol tots

Sessió 9: hoquei

Sessió 10: hoquei balança

Quan acabin totes les activitats es passarà una entrevista per tal d'extreure informació que permeti contrastar les diferents dades.

El qüestionari i la entrevista es passarà a un total de 25 alumnes amb un nivell socioeconòmic mitjà-baix de l'institut la Ferreria de Montcada i Reixac (Barcelona). Aquesta observació es realitzarà durant els mesos d'abril i maig, coincidint aquestes dates amb el tercer període de pràctiques del màster en formació de professorat. El tipus de dades que extraurem seran quantitatives i qualitatives, ja que, trobarem resultats numèrics i aquests resultats seran triangulats amb les opinions extretes de les entrevistes i d'una pregunta que trobaran a l'enquesta.

La variable que podrem trobar, serà el resultat de les emocions obtingudes amb les diferents activitats que duren a terme els alumnes. Amb aquest qüestionari pretenem observar les emocions que provoquen les diferents activitats que proposarem per tal de poder analitzar aquestes dades i extreure conclusions de quines són les activitats més adients per realitzar en educació física.

El qüestionari més la pregunta que es passarà després de cada activitat serà el següent:

NOM:		CURS:
ACTIVITAT NÚMERO:		
-Quines d'aquestes emocions has experimentat després de realitzar l'activitat? (Pots marcar totes les que consideris)		
Alegria <input type="checkbox"/>	Por <input type="checkbox"/>	Eufòria <input type="checkbox"/>
Ràbia <input type="checkbox"/>	Admiració <input type="checkbox"/>	Desconcert <input type="checkbox"/>
Entusiasme <input type="checkbox"/>	Impotència <input type="checkbox"/>	Excitació <input type="checkbox"/>
Tristesa <input type="checkbox"/>	Amabilitat <input type="checkbox"/>	Frustració <input type="checkbox"/>
Perplexitat <input type="checkbox"/>	Desànim <input type="checkbox"/>	Afecte <input type="checkbox"/>
Angoixa <input type="checkbox"/>	Confiança <input type="checkbox"/>	Culpabilitat <input type="checkbox"/>
Respecte <input type="checkbox"/>	Temor <input type="checkbox"/>	Gratitud <input type="checkbox"/>
Confusió <input type="checkbox"/>	Felicitat <input type="checkbox"/>	Rebuig <input type="checkbox"/>
Benestar <input type="checkbox"/>	Decepció <input type="checkbox"/>	Cordialitat <input type="checkbox"/>
Menyspreu <input type="checkbox"/>	Plaer <input type="checkbox"/>	Indignació <input type="checkbox"/>
Per què penses que has experimentat aquestes emocions? (Mínim 4 línees)		
..... ..... ..... ..... ..... ..... .....		

L'entrevista, es passarà una vegada els alumnes hagin realitzat totes les activitats i serà la següent:

**Nom i cognoms:**

**Edat:**

**Curs:**

**Sexe:**

**Preguntes**

1. Quina activitat de totes les que hem realitzat, ha permès que la majoria dels alumnes s'ho passessin bé?

.....  
.....

Per quin motiu?

.....  
.....  
.....  
.....

2. Quina activitat de totes les que hem realitzat, penses que únicament ha permès que s'ho han passessin bé un número d'alumnes molt reduït?

.....  
.....

Per quin motiu?

.....  
.....  
.....  
.....

3. Creus que a educació física els menys hàbils tenen les mateixes oportunitats de participar que la resta de companys?

.....

Creus que és just?

.....

Per què?

.....  
.....  
.....  
.....

4. A més de treballar accions motrius, és a dir, accions que permeten el moviment, penses que a educació física s'han de treballar altres aspectes com per exemple les emocions, els sentiments o la afectivitat?

.....

En cas afirmatiu o negatiu, per què?

.....  
.....  
.....  
.....

5. Què valors més positivament de l'educació física?

.....

Per què?

.....  
.....  
.....  
.....

6. Què valors més negativament de l'educació física?

.....



Per què?

.....

.....

.....

.....

## 4. Resultats

Per obtenir els resultats, vam realitzar partits de diversos esports de manera que els alumnes participaven tal i com les normes i la lògica interna d'aquest esport fomentava. Un cop finalitzaven el partit, passàvem l'enquesta i els alumnes havien d'assenyalar aquelles emocions que havien experimentat i el motiu pel qual pensaven que les havien experimentat.

D'altra banda, per poder comparar els resultats, vam utilitzar un mètode experimental, de manera que, com diu González "es provoquen o manipulen comportaments socials mitjançant una intervenció controlada en la vida social de les persones" (González 1997:124). Per tant, vam realitzar diversos esports, però aquesta vegada amb la lògica interna modificada, de manera que vam aplicar una sèrie de normes que esperàvem que fomentessin unes emocions en detriment d'unes altres.

A l'hora de realitzar cada esport per poder obtenir les respectives dades, procuràvem realitzar-lo sempre a continuació d'una petita activitat inicial, així, l'alumnat no experimentaria gaires emocions abans de practicar l'activitat d'observació. D'aquesta manera, preteníem que les interaccions amb la resta de l'alumnat abans de les proves, no tingués conseqüència en les respostes del qüestionari.

Les gràfiques de resultats que apareixen a continuació desglossen el tipus d'emocions que han experimentat els alumnes mentre realitzaven els diferents esports i, d'altra banda, la proporció d'emocions positives, negatives i ambigües.

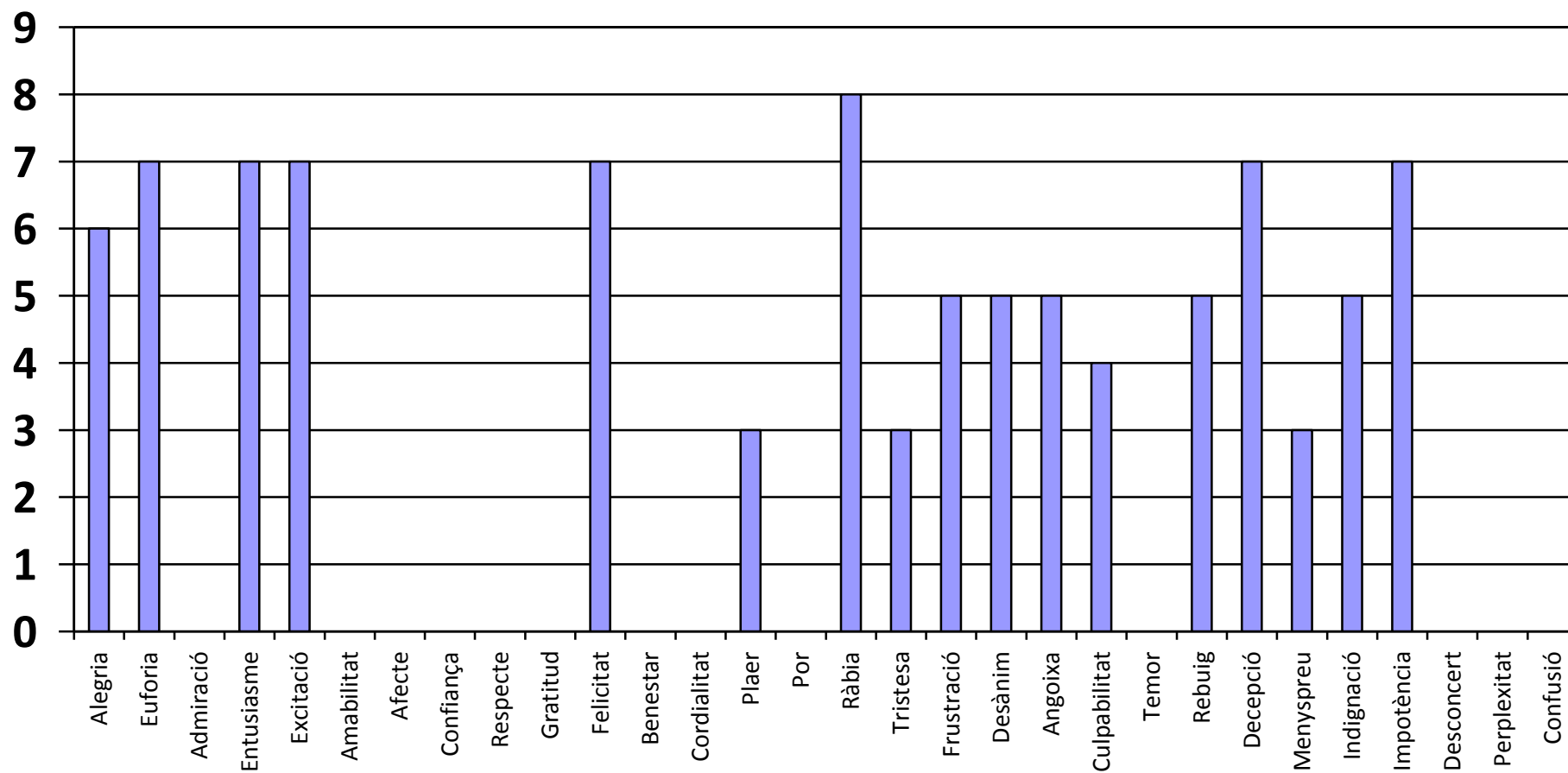
## **4.1. Dades quantitatives**

### **4.1.1. Observació 1. Futbol sala**

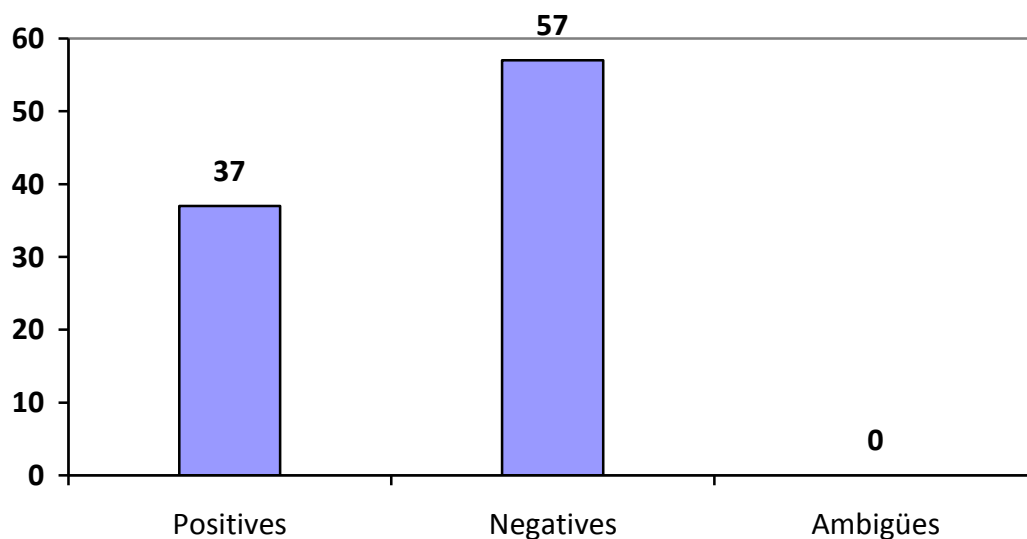
Per tal de conèixer les emocions que experimentaven els alumnes quan jugaven a futbol sala, es van organitzar partits de 10 minuts de manera que participaven quatre jugadors més un porter per equip. En aquest cas, no es modificava la lògica interna del joc, per tant, es jugava amb les normes originaries d'aquest esport. Així doncs, vam observar que les normes originaries contribuïen a la excessiva competitivitat entre els alumnes.

Tradicionalment, el futbol és l'esport "rei" d'aquest país i el futbol sala gràcies a la seva similitud, també arrossega molts seguidors. Tot i això, com podem observar a la gràfica 2 el major número d'emocions experimentades pels alumnes eren negatives.

Si ens fixem en la gràfica 1, veiem que l'alegria, l'eufòria, l'entusiasme i l'excitació han estat votades considerablement, però per contra, altres emocions com la ràbia, la decepció i la impotència, igualen o fins i tot superen en nombre de votacions a les emocions positives esmentades amb anterioritat.



Gràfica 1. Futbol sala



*Gràfica 2. Futbol sala: total emocions*

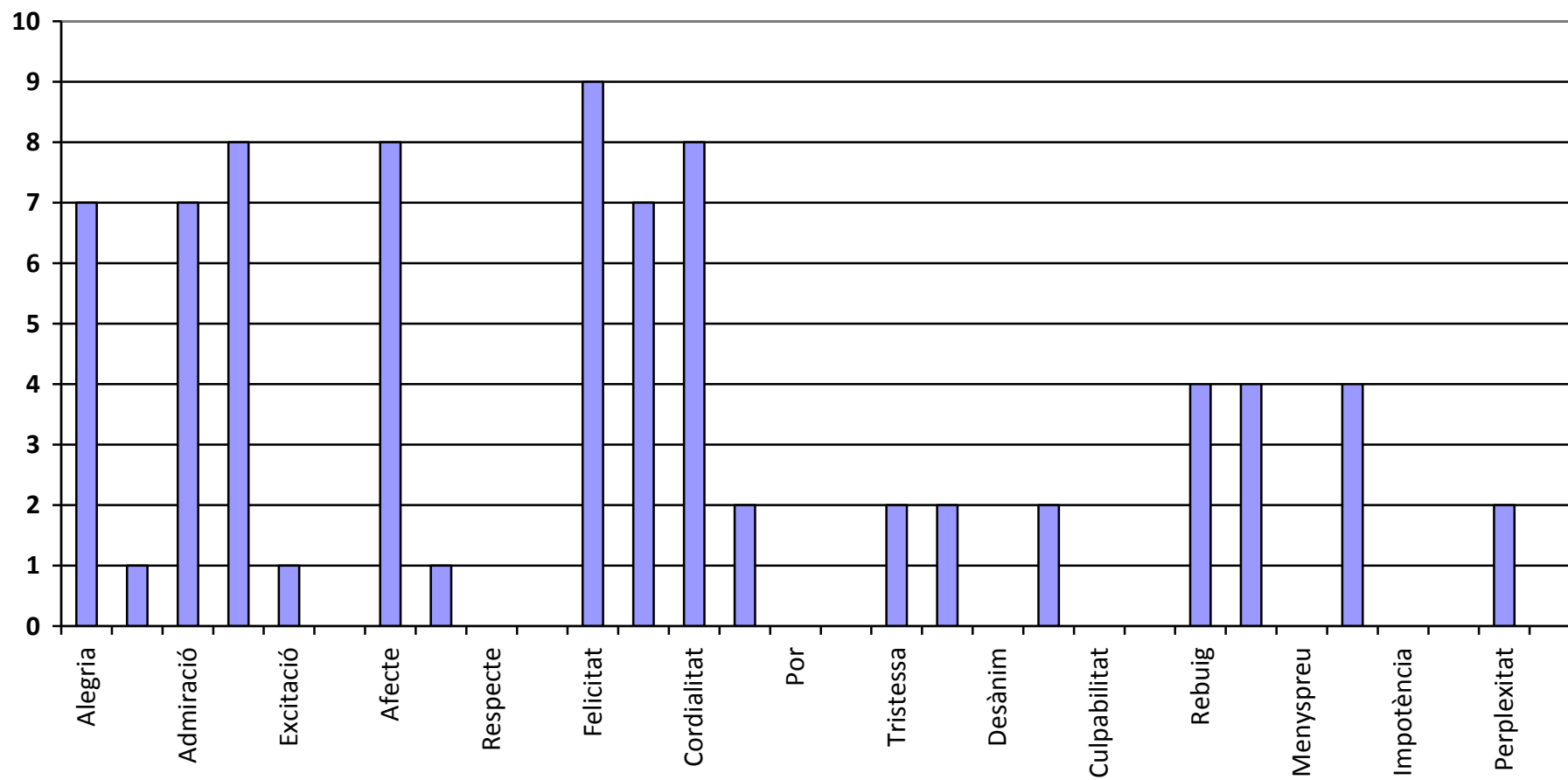
#### **4.1.2. Observació 2. Futbol toc**

El futbol toc és una variant del futbol sala amb unes normes característiques.

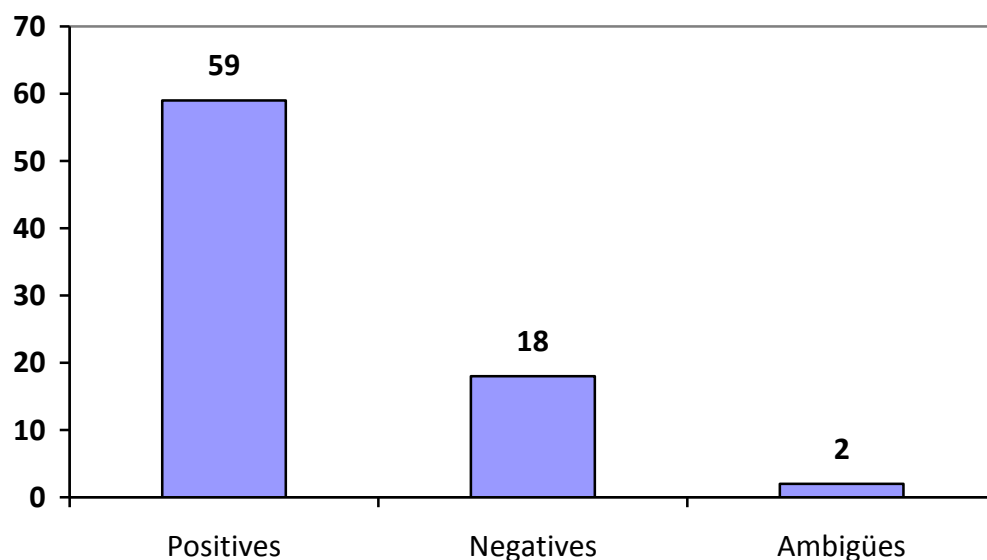
En l'observació, es van organitzar partits de quatre jugadors més el porter amb una durada de 10 minuts. En aquest cas, es va canviar la lògica interna del joc i els jugadors que marcaven un gol, havien de continuar jugant, però no podien fer més de dos tocs a la pilota. Si el mateix jugador marcava un altre gol, passava a jugar fent com a màxim un toc a la pilota.

Els canvis en la normativa tenien l'objectiu d'integrar en el joc col·lectiu a més alumnes; aquest fet, volia promoure l'increment de la col·laboració entre els jugadors.

Com es pot observar a la gràfica 3, les emocions positives que estan situades a l'esquerra de la gràfica, tenen pics més alts, que no pas les emocions negatives, que estan situades a partir de la meitat de la gràfica. Si comparem el total d'emocions entre el futbol sala i el futbol toc, podem veure que el canvi de normativa ha afavorit l'augment d'emocions positives i d'altra banda, les emocions negatives han disminuït considerablement.



Gràfica 3. Futbol toc



*Gràfica 4. Futbol toc: total emocions*

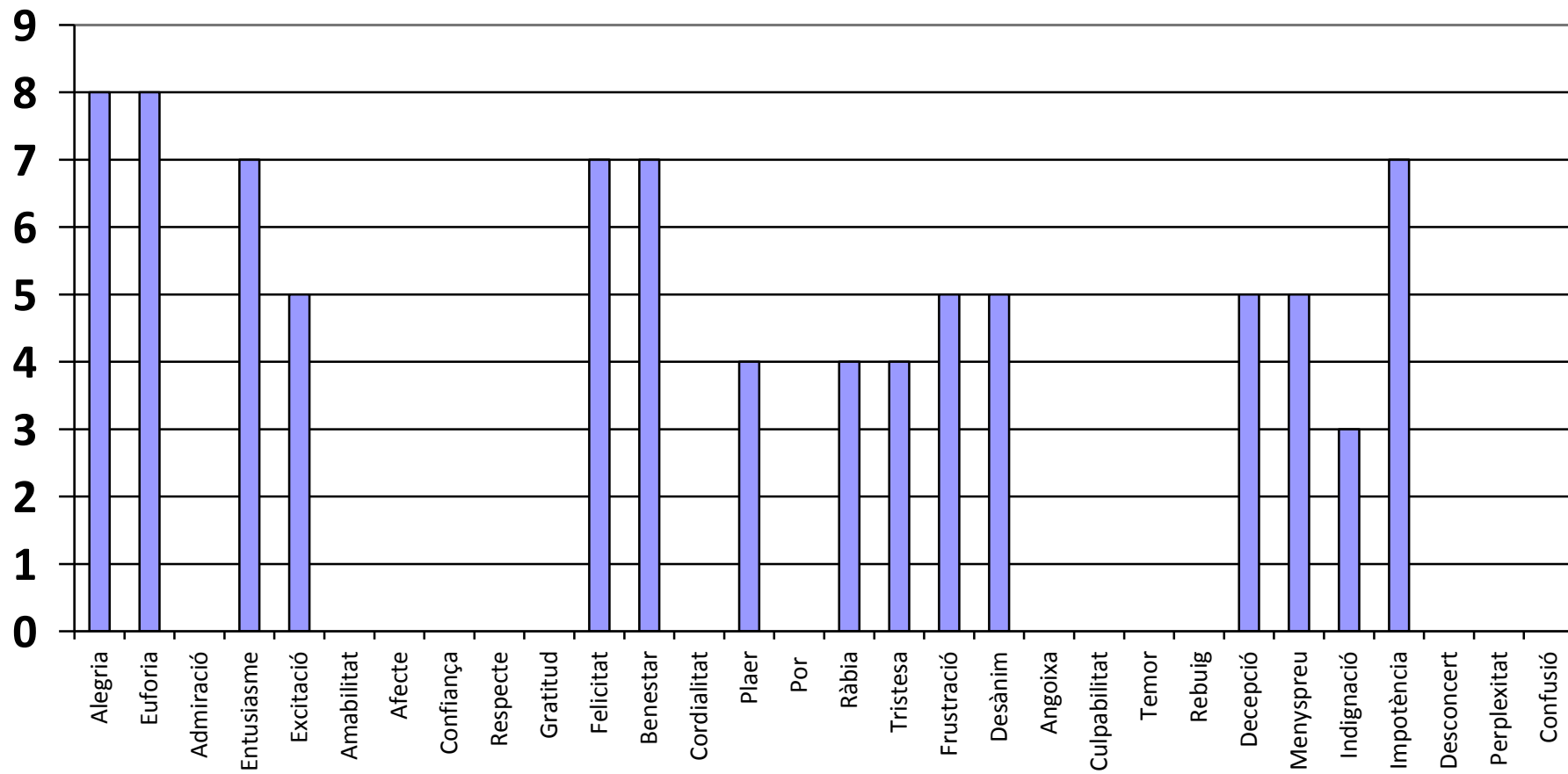
#### **4.1.3. Observació 3. Bàsquet**

Tal i com es habitual en el bàsquet, es varen organitzar partits de cinc jugadors contra uns altres cinc. Els partits tenien una durada de 15 minuts. No es va modificar la lògica interna del joc, així que, les normes fomentaven la competició per sobre d'altres aspectes.

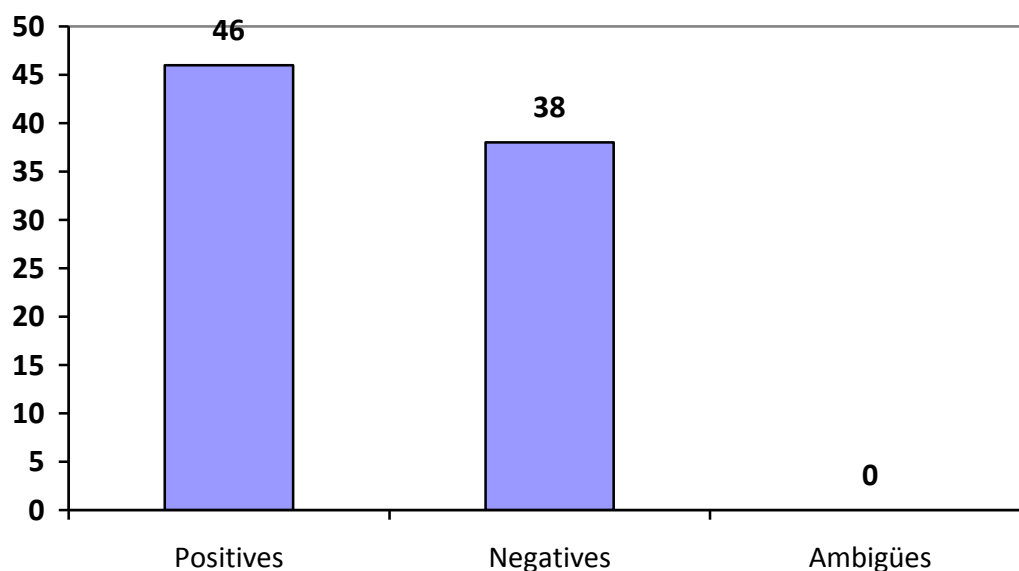
El bàsquet generalment és un esport bastant acceptat pels alumnes i com podem observar a la gràfica 6 els alumnes han seleccionat majoritàriament emocions positives, tot i que, la diferència amb les emocions negatives, no és gaire gran.

A la gràfica 5 s'observa que l'alegria i l'eufòria han estat les dues emocions positives més experimentades amb un total de 8 seleccions. Pel que fa a les emocions negatives, la impotència ha estat l'emoció més experimentada amb 7 seleccions en total.

Cal destacar la decepció, el menyspreu, la frustració i el desànim ja que tenen una presència bastant significativa a la gràfica 5.



Gràfica . Bàsquet



*Gràfica 6. Bàsquet: total emocions*

#### **4.1.4. Observació 4. Bàsquet anotador**

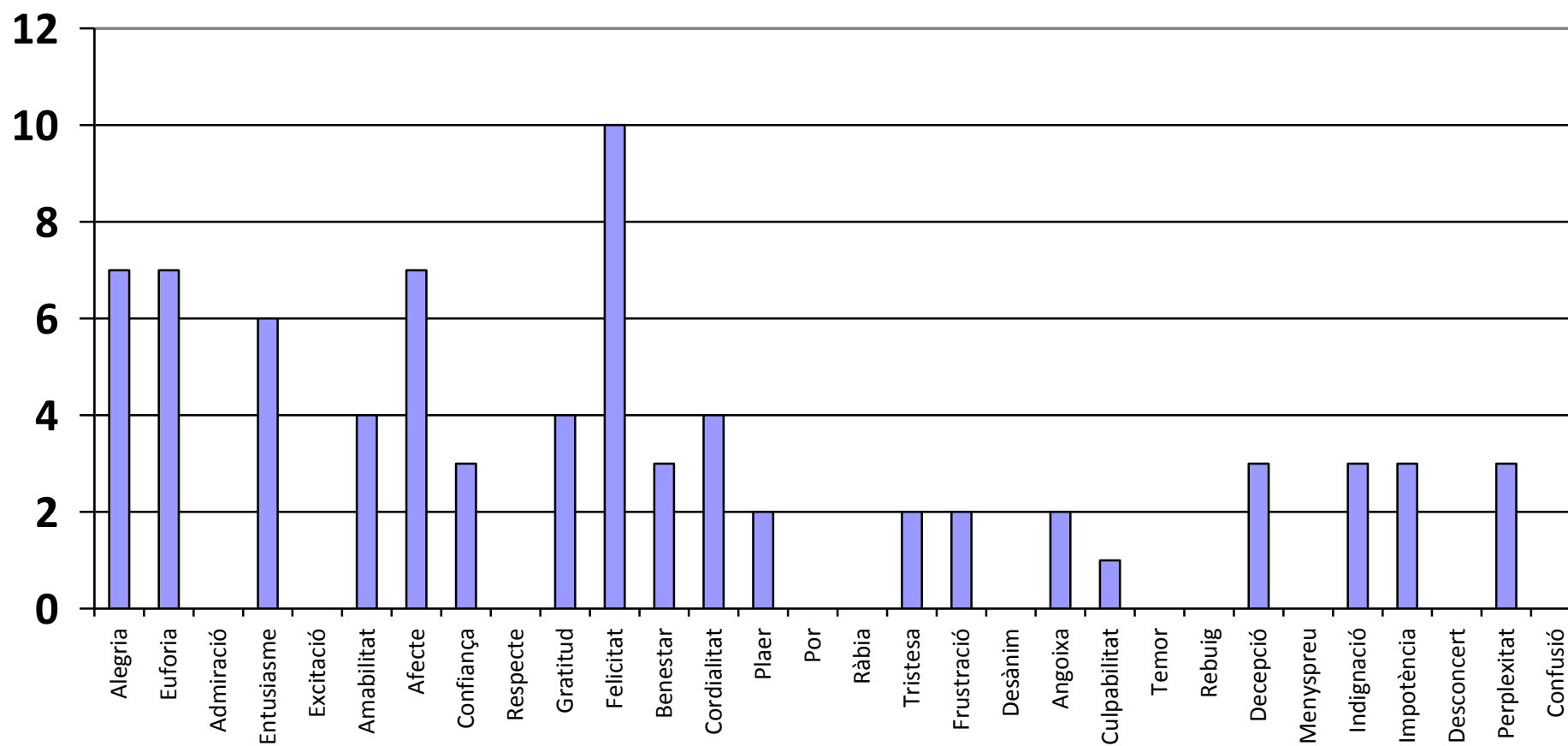
El bàsquet anotador és una variant del bàsquet que permet integrar més jugadors en el joc col·lectiu.

Per tal de recollir les dades emocionals dels alumnes quan realitzaven el bàsquet anotador, es va realitzar un partit de 15 minuts en el qual s'enfrontaven 5 jugadors contra uns altres 5 jugadors. Es va modificar el sistema de puntuació per tal que la lògica interna del joc afavorís la col·laboració dels alumnes . En aquest cas, la puntuació final era el resultat de la puntuació obtinguda pel menor anotador de l'equip. Per tant, si en un equip els jugadors individualment havien fet aquesta puntuació: 3 + 3 + 5 + 7 + 2, la puntuació total de l'equip seria de 2.

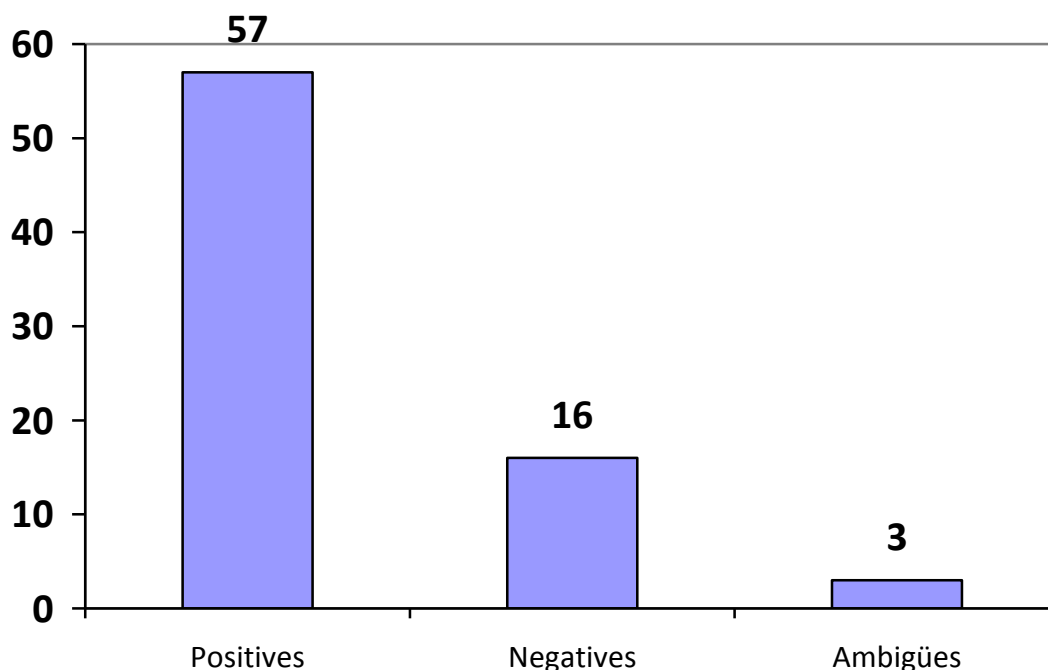
A la gràfica 8 es veu com les emocions positives han avantatjat considerablement a les emocions negatives. Trobem un total de 57 emocions positives, 16 negatives i 3 ambigües.



Pel que fa a les 3 emocions ambigües, trobem que aquestes han estat conseqüència de seleccionar l'opció "perplexitat". L'emoció positiva més seleccionada ha estat la felicitat seguit de ben a prop de l'afecte, l'eufòria i l'alegria. Pel que fa a la resta d'emocions negatives no hi ha hagut cap que superes les 3 seleccions.



Gràfica 7. Bàsquet anotador



*Gràfica 8. Bàsquet anotador: total emocions*

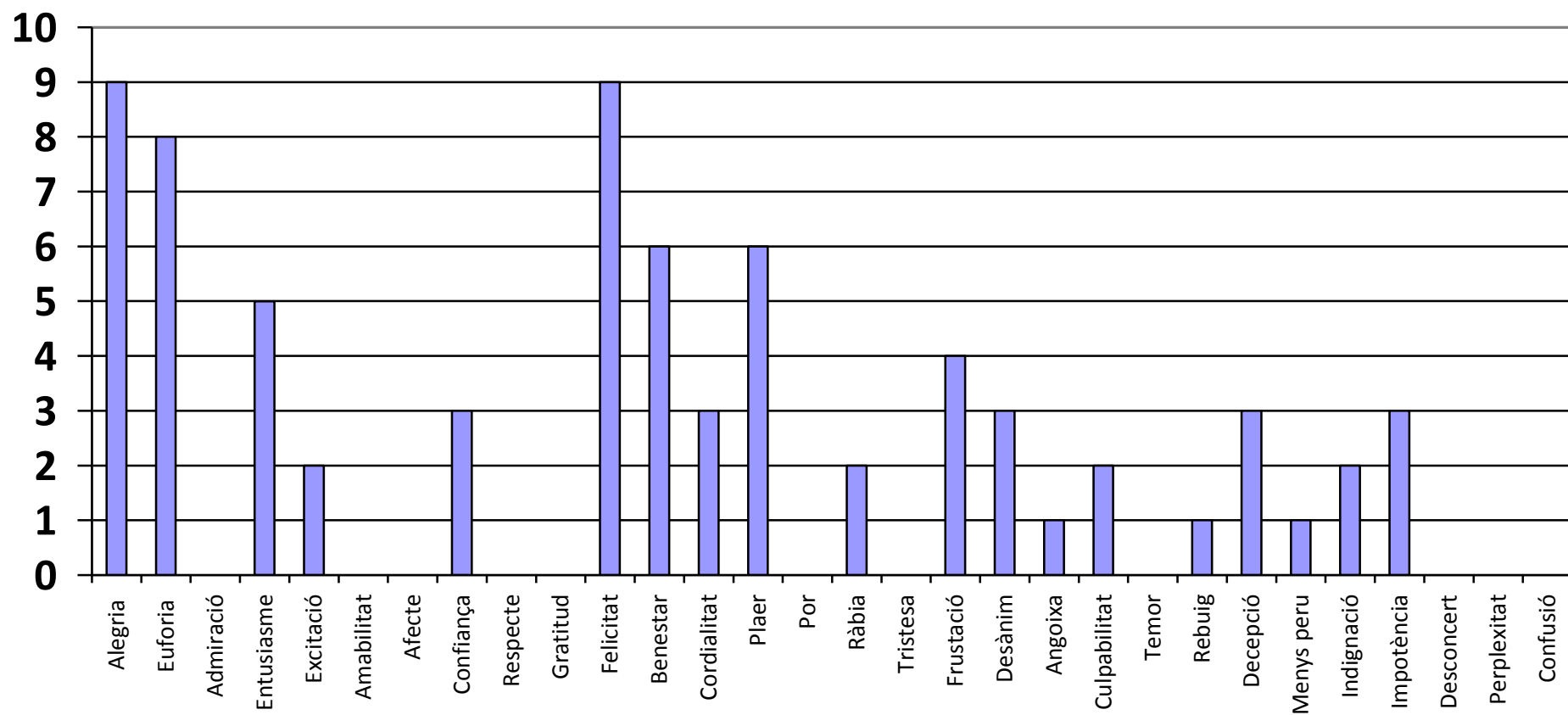
#### **4.1.5. Observació 5. Beisbol**

En el cas del beisbol es va organitzar un partit de 10 jugadors per equip. Un jugador havia de colpejar amb el bat una pilota llançada per un oponent. Si ho aconseguia, havia d'intentar donar una volta sencera abans que els jugadors de l'equip rival fessin arribar la pilota al jugador que l'havia llençada. En cas que no li donés temps a fer la volta sencera es podia aturar a una base i la propera vegada que un company seu colpegés la pilota podia continuar la cursa. Si el jugador que llençava la pilota deia "pichi" abans que el corredor arribés a una base, el corredor quedaria eliminat.

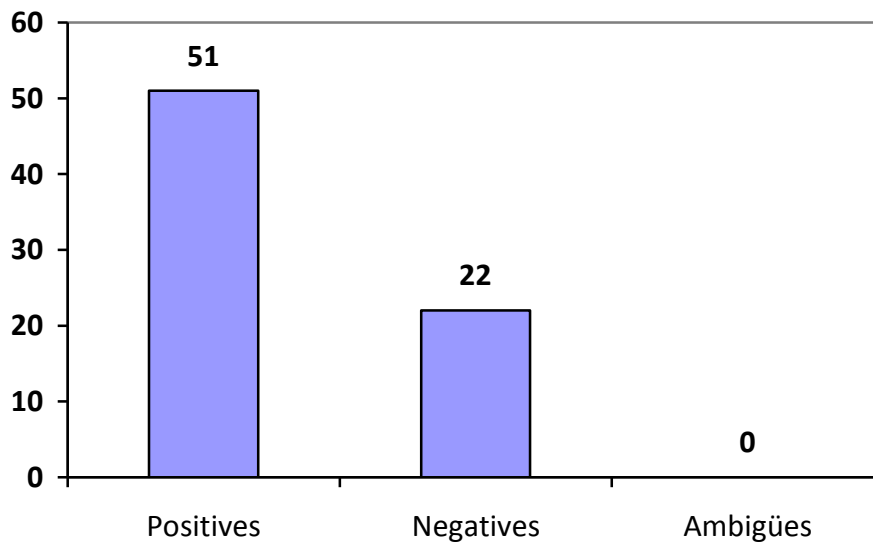
La lògica interna del joc, permetia que l'alumnat només participés fins que cometés una errada. Això feia que el joc fos molt competitiu i que els jugadors de l'equip defensor busquessin constantment eliminar als jugadors atacants. A les hores, els jugadors eliminats ja no participaven més fins que no els tocava defensar.

De tots els esports escollits en la recerca als quals no se'ls va variar la seva lògica interna, el beisbol va estar el que més emocions positives va generar i també el que menys emocions negatives va fer que experimentessin els alumnes.

Com en la majoria de les vegades, les emocions positives més seleccionades van ser l'alegria, l'eufòria i la felicitat que varen obtindre al voltant de nou seleccions. Pel que fa a les emocions negatives, la frustració va ser l'emoció negativa més seleccionada amb un total de quatre vegades, seguidament de la impotència i la decepció.



Gràfica 9. Beisbol

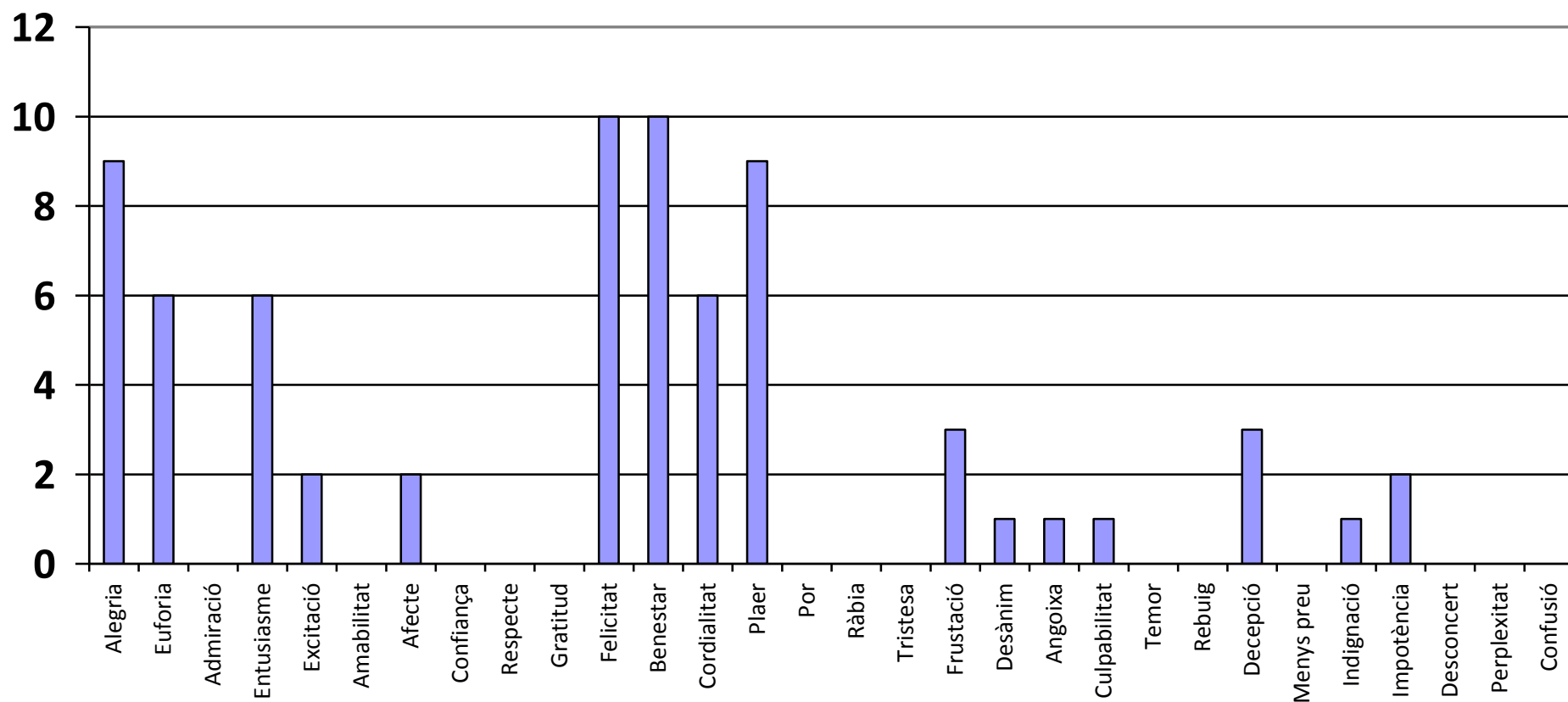


*Gràfica 10. Beisbol: total emocions*

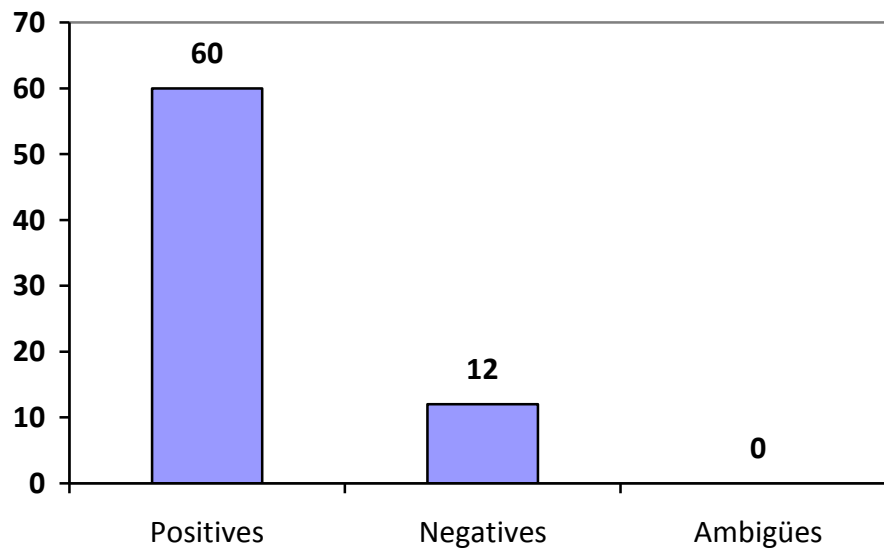
#### **4.1.6. Observació 6. Beisbol congelat**

Aquesta variant del beisbol tradicional, es basava en l'addició d'una nova norma que va fer que el la lògica interna del joc afavorís la cooperació. Quan un jugador no arribava a temps a una base, en comptes de quedar eliminat, quedava congelat i el proper jugador que passava per la base del jugador congelat, hauria d'agafar la mà del seu company en cas que volgués continuar la cursa. Els jugadors congelats puntuaven la meitat que els altres jugadors.

El beisbol tradicional presentava unes emocions bastant favorables pel que fa a les experiències de l'alumnat. Amb tot, en el beisbol congelat, s'ha aconseguit augmentar encara més el total d'emocions positives i reduir casi un 50 % el total d'emocions negatives. Trobem que les emocions negatives són molt baixes en comparació amb altres activitats tinguin o no la seva lògica interna modificada.



Gràfica 11. Beisbol congelat



*Gràfica 12. Beisbol congelat: total emocions*

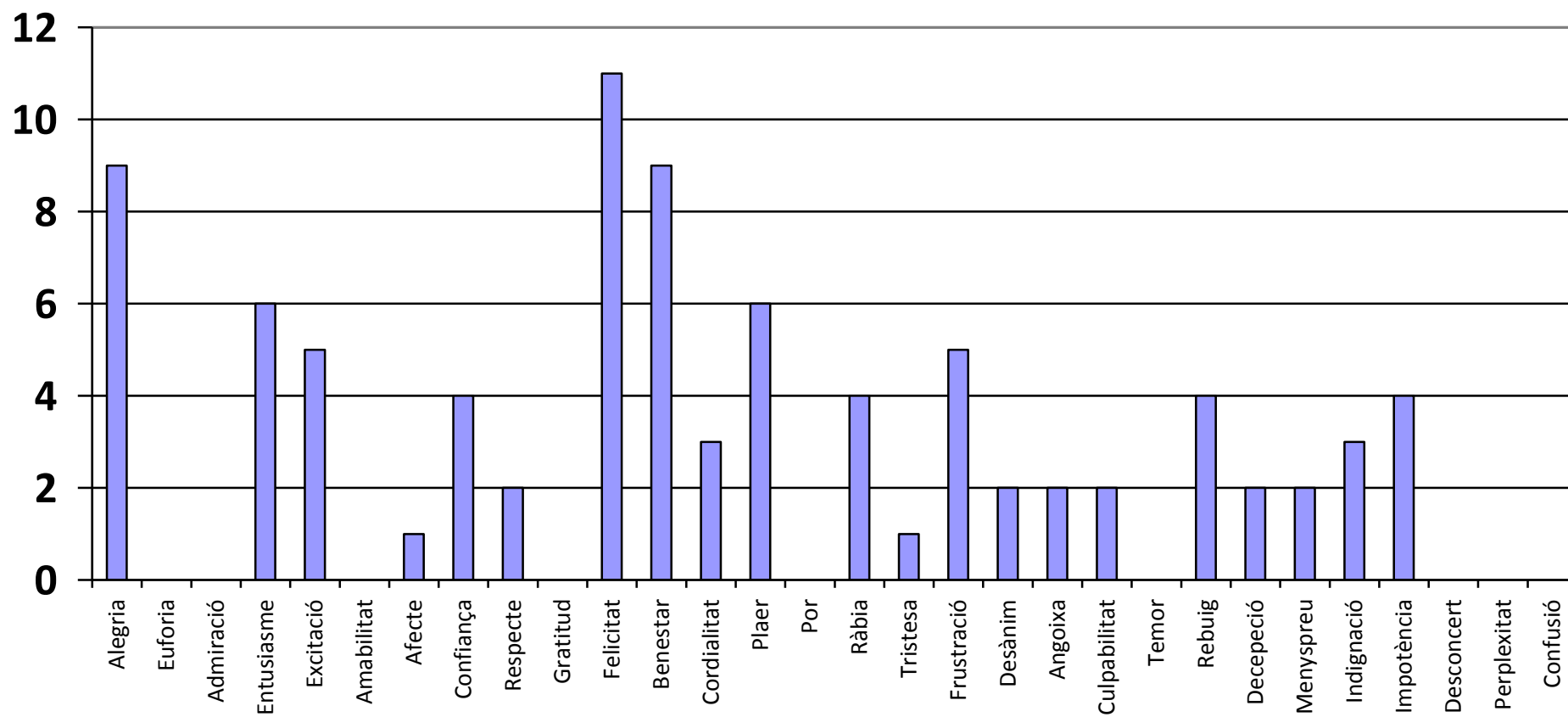
#### **4.1.7. Observació 7. Handbol**

En aquest esport, 6 jugadors més 1 porter s'enfrontaven a uns altres 6 jugadors més un altre porter. Amb les mans, s'havien de passar la pilota fins que tinguessin opció de realitzar un llançament a la porteria contraria. Cap jugador podia entrar a les àrees. Les normes de l'handbol fan que aquest esport sigui molt competitiu i per tant, els alumnes volien guanyar el partit. L'únic objectiu de la lògica interna del handbol era marcar gol; els jugadors no feien gaires passes i això comportava que no hi hagués gaire col·laboració entre ells.

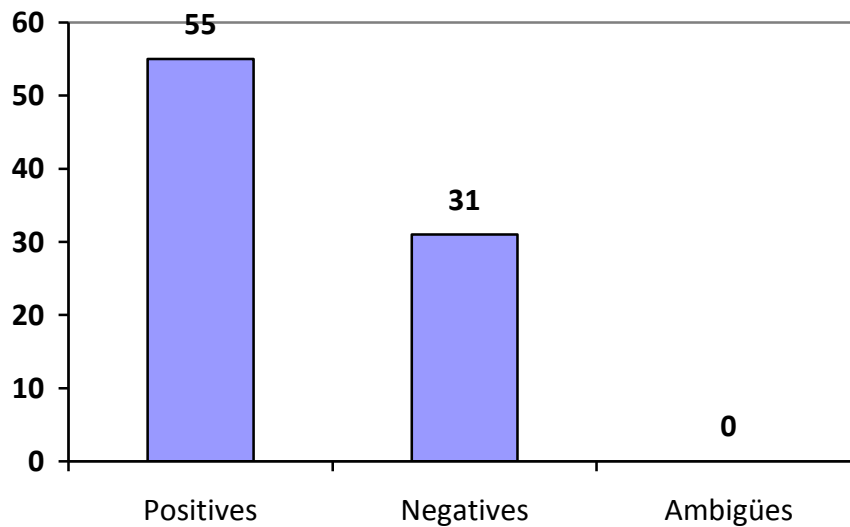
D'altra banda, l'handbol és un esport que permet molt contacte i això fa que tant les emocions positives, com les negatives tinguin molta presència. De fet, després del futbol sala, l'handbol ha estat el segon esport que més emocions en general ha creat als alumnes.

Majoritàriament, les emocions han estat positives amb un total de 55, però cal destacar que hi ha hagut un gran nombre d'emocions negatives 31; fet que ha comportat que aquest esport estigui entre els que més emocions negatives ha generat.





Gràfica 13. Handbol



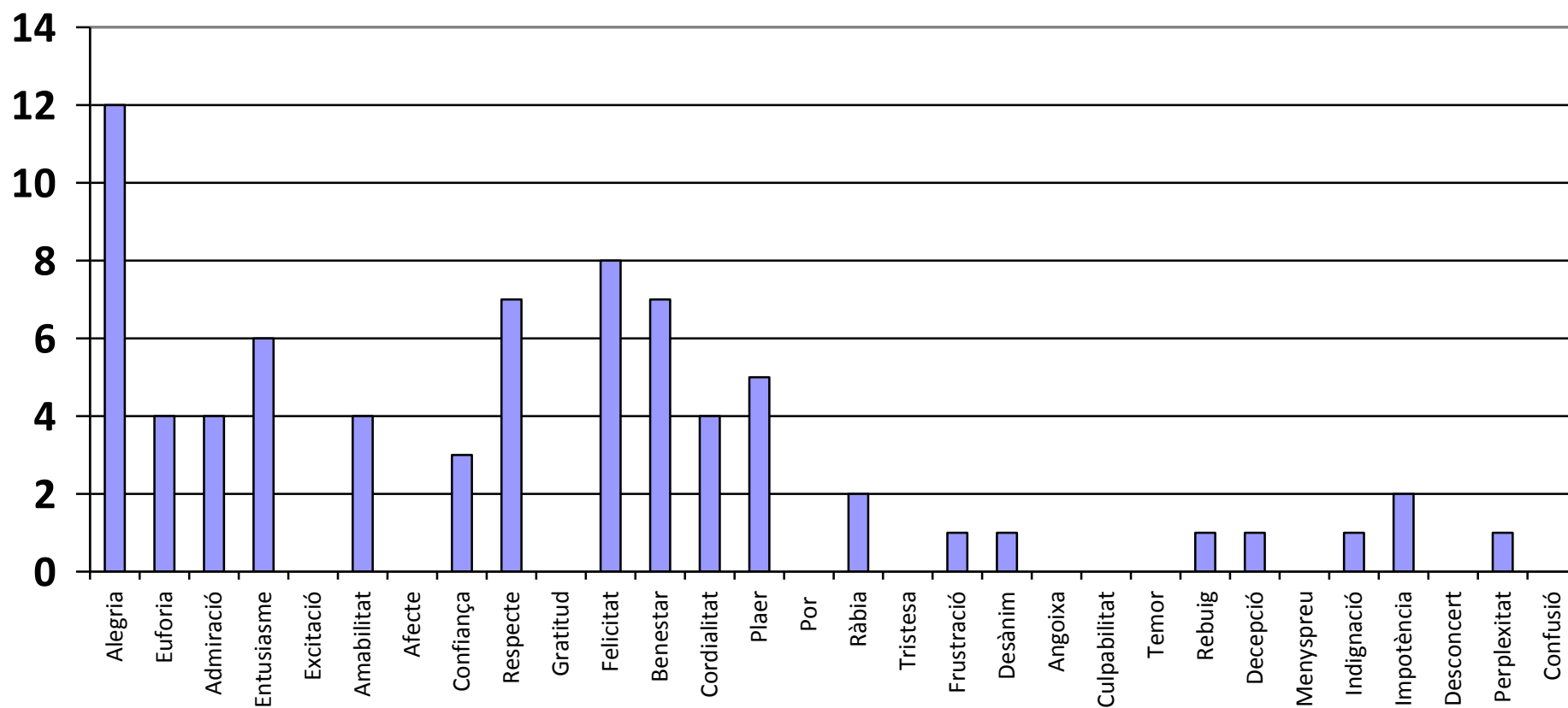
*Gràfica 14. Handbol: total emocions*

#### **4.1.8. Observació 8. Handbol tots**

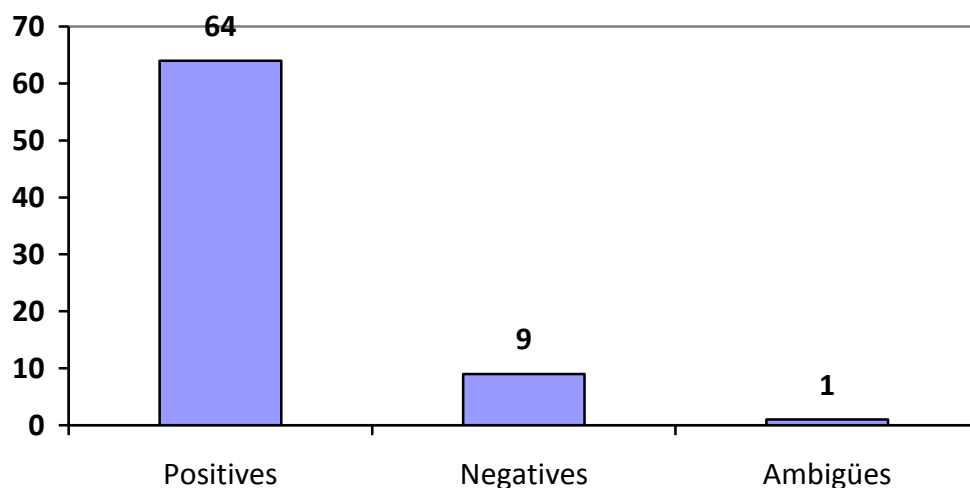
Una variant més cooperativa del handbol és el handbol tots.

Aquesta vegada, era obligatori que tots els jugadors toquessin la pilota. Hi havia un àrbitre que s'encarregava de vetllar pel compliment d'aquesta norma i sancionaria a l'equip que no integrés a tots els jugadors en el joc. De manera que, no es podia passar la pilota a algun alumne no tant hàbil ràpidament per així, no haver de passar-li la pilota més en tot l'atac. Gràcies a aquesta nova norma, els jugadors col·laboraven molt més entre sí per aconseguir marcar un gol.

L'handbol ha estat l'esport que gràcies a la variació de la lògica interna, ha gaudit d'una progressió més satisfactòria. Les emocions positives han augmentat considerablement, però el més significatiu ha estat el gran descens que hi ha hagut pel que fa a les emocions negatives. S'ha aconseguit passar d'un total de 31 emocions negatives a únicament 9.



Gràfica 15. Handbol tots

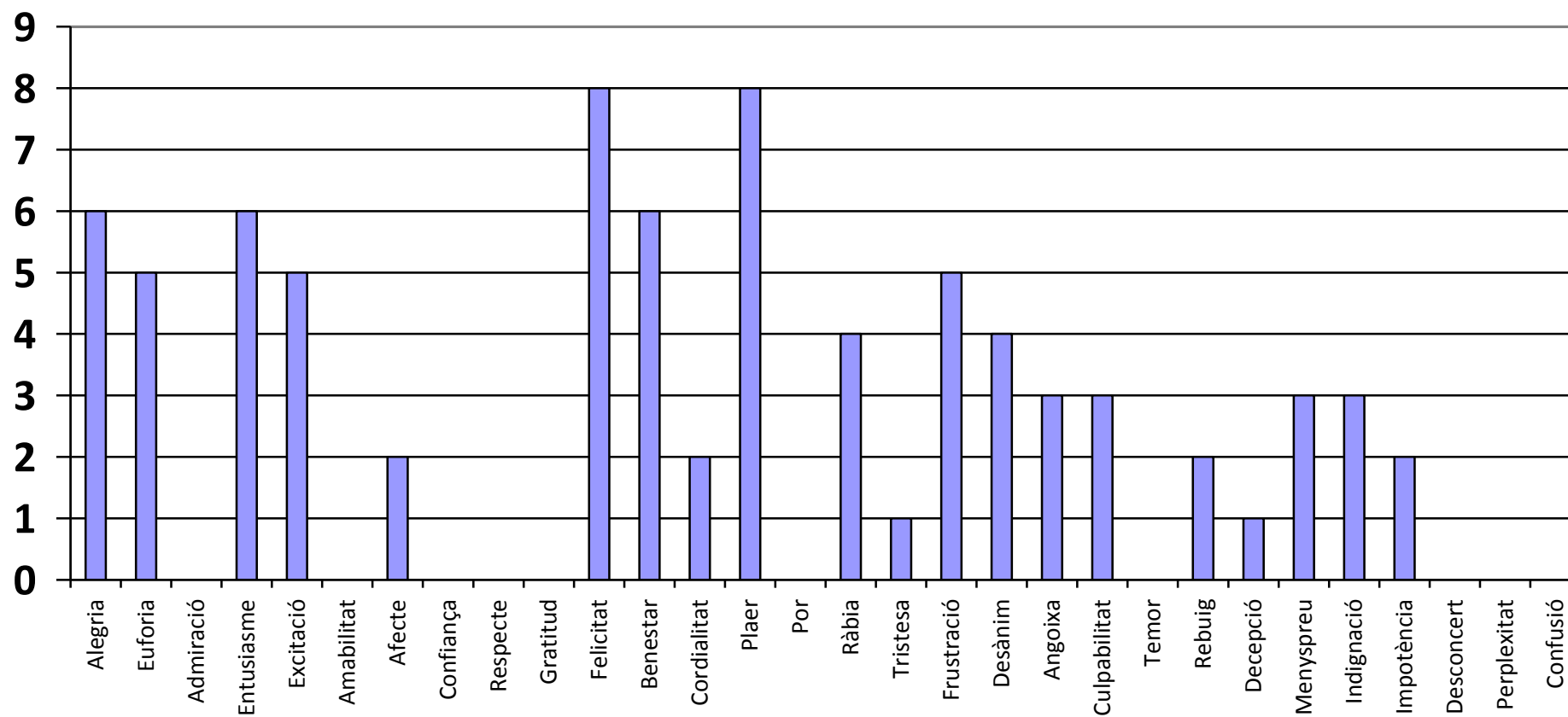


*Gràfica 16. Handbol tots: total emocions*

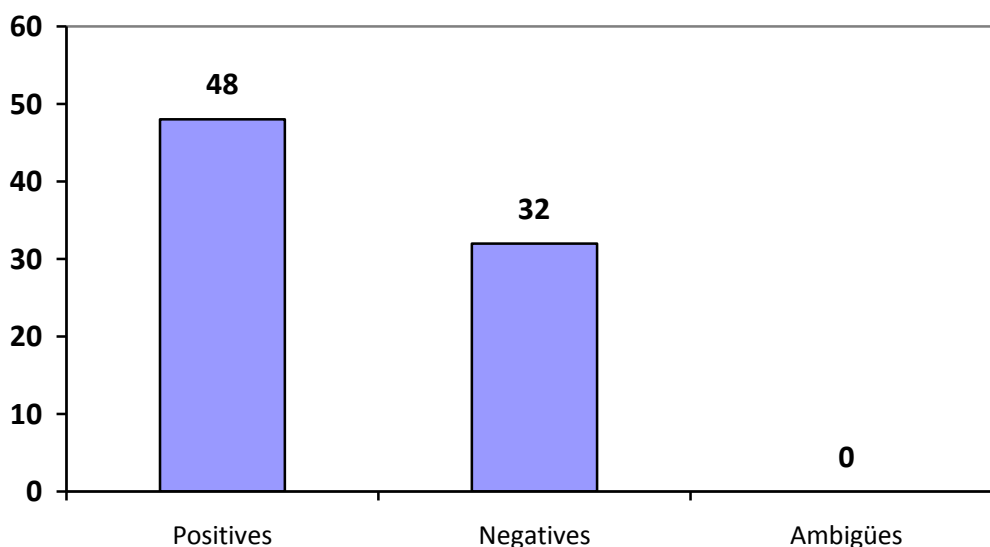
#### **4.1.9. Observació 9. Hoquei**

Vam organitzar partits de quatre jugadors més un porter per equip. La duració de cada partit va ser de 10 minuts. La lògica interna del joc afavoria en gran mesura als més hàbils i per aquest motiu aquests no passaven gaire la pilota als companys, això, feia que hi hagués molta competitivitat al partit.

L'hoquei és un esport que també ha generat moltes emocions. La majoria han estat emocions positives, però com podem observar a la gràfica 18, els alumnes han experimentat moltes emocions negatives. D'aquestes emocions negatives, la frustració, la ràbia i el desànim han estat les més seleccionades. Pel que fa les emocions positives trobem que la felicitat, el plaer, el benestar, l'entusiasme i l'alegria han aconseguit gairebé obtenir la meitat de les seleccions positives.



Gràfica 17. Hoquei



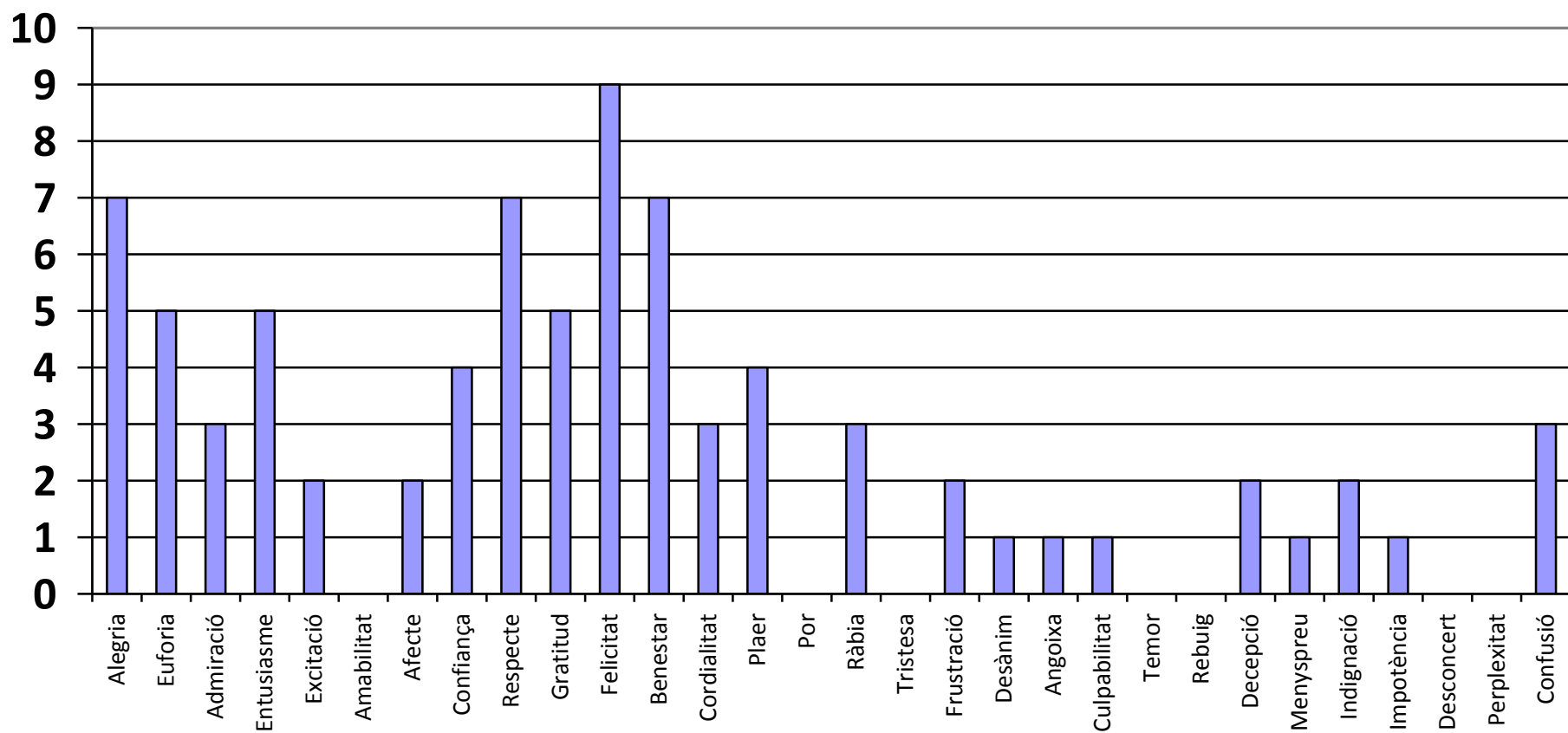
*Gràfica 18. Hoquei: total emocions*

#### **4.1.10. Observació 10. Hoquei balança**

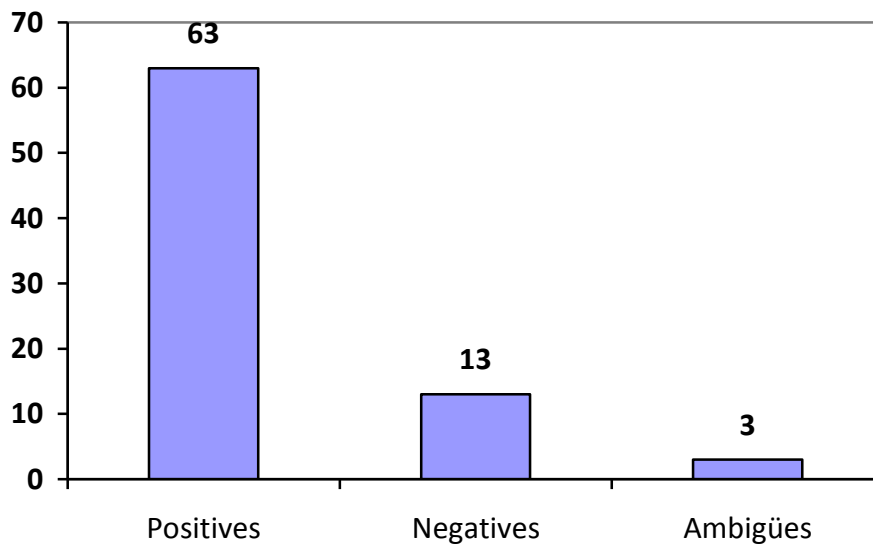
Els jugadors per equip i la duració del partit, era igual que a l'hoquei, però en el hoquei balança, els jugadors que marcaven gol tenien dues opcions per continuar jugant i podien alternar aquestes dues opcions:

*Opció A:* jugaven amb l'estic d'hoquei al revés de manera que la corba quedava a la part de dalt. *Opció B:* es quedaven plantats i podien participar en el joc, però sense desplaçar-se. Amb aquesta opció podien tenir la corba de l'estic ben col·locada.

Aquesta nova normativa, augmentava la col·laboració dels jugadors considerablement, ja que, els més hàbils s'havien de desmarcar i quedar-se plantats esperant una passada. També, els menys hàbils entraven molt més en joc i això permetia que s'ho passessin millor. D'aquesta manera, l'hoquei balança ha aconseguit disminuir en gran mesura les emocions negatives que es donaven en comparació amb l'hoquei. Tot i que en un primer moment, com ho demostra l'augment de les emocions ambigües, la nova normativa va generar una mica de confusió, seguidament els alumnes van experimentar un augment de les emocions positives i gairebé paral·lelament, es va traduir en un descens de les emocions negatives.



Gràfica 19. Hoquei balança



*Gràfica 20. Hoquei balança: total emocions*

## 4.2. Dades qualitatives

L'entrevista ens dona una informació molt significativa de les experiències i opinions dels alumnes. Això ens facilitarà establir una relació amb el resultat de les enquestes i d'aquesta manera podrem aconseguir extreure les conclusions finals.

Gràcies a les respostes dels alumnes hem pogut comprovar que l'handbol tots i l'hoquei balança han permès que la majoria dels alumnes s'ho passessin bé. Exposen que, el motiu pel qual ha estat així, és degut a que la nova normativa facilita i integra a tot l'alumnat en el joc i d'aquesta manera ningú queda fora d'aquest.

Quasi tots els alumnes van considerar el futbol sala com l'activitat que menys integrava a tot el grup, i feia que només s'ho passessin bé un número molt reduït d'alumnes. Si ens fixem en el resultat de les enquestes, observarem que el futbol sala ha estat l'esport que més emocions negatives ha fet experimentar a l'alumnat. El motiu pel qual els alumnes pensen que és així, és degut a que els jugadors més bons no juguen en equip i per tant, la resta d'alumnes no participen en el joc col·lectiu. Això, comporta que cada vegada tinguin menys



interès per jugar i comporta que les emocions que experimenten no siguin del tot favorables.

Els alumnes solen pensar que l'assignatura d'educació física no afavoreix que els menys hàbils participin amb les mateixes oportunitats que la resta i exposen que no és just, ja que, tots els alumnes tenen el mateix dret a participar.

Consideren que a educació física a part de treballar accions motrius, s'han de treballar altres aspectes com per exemple les emocions, els sentiments i la afectivitat, ja que, també són necessàries per satisfer les necessitats dels alumnes. Exposen que no els agrada una educació física que únicament potenciï als més hàbils i per això opten per la implantació d'altres aspectes que afavoreixin la inclusió a dintre del grup de tots els alumnes.

Tot i això, l'alumnat es conscient que l'educació ha d'anar sempre acompanyada del moviment i per tant, valoren molt positivament l'acció motriu. Per contra, allò que menys valoren de l'educació física són les desigualtats entre alumnes. Opinen que els més hàbils tenen més opcions de passar-s'ho bé que els alumnes menys hàbils.

## **5. Discussió**

Si analitzem la lògica interna d'esports com el futbol, bàsquet, hoquei i l'handbol, veurem que aquests esports afavoreixen la participació dels més hàbils en detriment dels que no ho són tant, i això, tal i com hem pogut observar a les gràfiques, genera força emocions negatives i en canvi no deixa que hi hagin tantes emocions positives.

Aquests esports, són de col.laboració-oposició, i segons Velazquez (1994), quans els membres d'un equip guanyen, tenen més possibilitats d'experimentar emocions positives, en canvi, l'equip perdedor, té més possibilitats d'experimentar emocions negatives. Al realitzar els canvis en la lògica interna, els esports continuaven sent de col.laboració-oposició, i encara hi havia emocions negatives, però, aquest tipus d'emocions havien descendit

considerablement perquè l'alumnat es podia frustrar per perdre, però aquesta frustració no venia causada per la poca participació en el joc col·lectiu.

En el cas del beisbol, abans de modificar la lògica interna del joc, la dinàmica afavoria que tots els membres de l'equip participessin en el joc ofensiu i defensiu. Això, com podem observar a la gràfica número 10 feia que el beisbol ocasionés molt poques emocions negatives. En aquest esport, la lògica interna es modificava per evitar que els eliminats estiguessin molta estona sense tenir una funció dintre de l'equip.

Com hem pogut observar en aquesta recerca, les variacions de la lògica interna, han servit per afavorir que els alumnes participessin més en el joc, ja sigui per integrar-los en el joc col·lectiu o per evitar llargues esperes. Per tant, seria una bona idea que els professors d'educació física tal i com diu Velazquez (1994), vetllessin per tal de canviar les estructures de joc que únicament fomenten la competició, i donar pas a altres estructures que fomentin el joc col·lectiu.

En aquesta mateixa línia Dunn i Wilson (1991) insisteixen en la necessitat de incrementar a les classes d'educació física el número d'estratègies d'aprenentatge cooperatiu, ja que afavoreixen el rendiment i les relacions socials de l'alumnat.

## **6. Conclusions**

Després de recollir, sintetitzar i analitzar les dades necessàries, arribem a la conclusió que en la pràctica dels diferents esports es produeixen generalment emocions positives i negatives. Aquestes emocions podran ser transformades, majoritàriament, en emocions positives modificant la lògica interna del joc, i així afavorir que tots els alumnes tinguin opcions de participar.

Els professors d'educació física han de fomentar els aprenentatges de tots els alumnes, per tant, han de vetllar per afavorir l'atenció a la diversitat de l'alumnat. Gràcies a les variacions de la lògica interna del joc, hem pogut

comprovar que els alumnes menys hàbils aconseguïen participar i tenir un rol significatiu en el joc. D'altra banda, trobem que els alumnes més hàbils podien ajudar a l'equip mitjançant un canvi de rol, i en comptes de jugar individualment dintre d'un equip, es buscava que hi hagués també una inclusió dels més hàbils per ajudar a aconseguir l'objectiu comú de l'equip.

L'educació inclusiva segons Stainback (2001) "és el procés pel qual s'ofereix a tots els infants, sense distinció de la discapacitat, la raça o qualsevol altra diferència, l'oportunitat per continuar sent membre de la classe ordinària i per aprendre dels seus companys, i juntament amb ells". Mitjançant la inclusió de l'alumnat a les sessions d'educació física hem aconseguit que els hàbils i els no tant hàbils poguessin satisfer les seves necessitats educatives i els hem ajudat a progressar mitjançant l'ajuda del grup.

La cooperació ha ajudat als alumnes a progressar per un objectiu comú i ha afavorit la inclusió de tot l'alumnat. Gràcies a això hem observat que les activitats cooperatives afavoreixen en gran mesura l'augment de les emocions positives i també disminueixen les emocions negatives.

Aquesta recerca proposa comprendre l'educació física en l'estudi i desenvolupament del cos en moviment. Entenent el cos com un tot i no només com un conjunt d'ossos, músculs, articulacions, etc., podem englobar-lo amb els seus pensaments, emocions, expressions i la seva interacció amb la resta del món en el que habita. Les emocions marquen el camí cap a una educació física moderna en la que l'alumnat és el principal protagonista del procés sota la conducció d'un professorat sense barreres ni limitacions.

L'educació física ha de donar un salt qualitatiu encara més gran que l'obtingut en els últims anys. D'aquesta manera es podrà conscienciar la societat de la importància d'educar als adolescents des de la pràctica esportiva. El professorat d'educació té a les seves mans una excel·lent eina educativa que només cal espolsar, una mica, per poder treure molt més profit.

Les emocions són una clau d'entrada idònia per obrir la porta a les persones, i encara amb més motiu la dels adolescents, ja que per si sols es troben en una etapa de transició difícil per ells. Com diu Dobbs (2001), cal recordar que gràcies als adolescents la humanitat es va expandir per tot el món, per tant, no deuen ser tant desastres com avui en dia se'ls vol descriure. Tenen un potencial i una energia que si la sabem tractar adequadament, es poden obtenir molts beneficis per tota la societat.

En ple segle XXI és el moment de donar un pas endavant i oferir, en l'àmbit de l'educació física, una renovació que faciliti aprenentatges encara més significatius pels adolescents. Aquesta és l'única manera que té el professorat de donar major rellevància a l'assignatura i canviar la visió moltes vegades negativa de la societat i del propi sistema educatiu envers a l'educació física.

Una futura recerca sobre les emocions de l'alumnat després de realitzar tasques en les quals han estat separat per nivells, podria donar molta informació rellevant per comprendre altres estratègies d'atenció a la diversitat. Així, podríem establir una comparació entre la inclusió i la separació per nivells i conèixer d'aquesta manera, quines emocions es donen en l'alumnat quan es porta a terme una o altra estratègia educativa.

## 7. Bibliografía

BISQUERRA, Rafael; PÉREZ, Núria. “Las competencias emocionales”. *Revista Educación XXI* ”, 2007, núm 10, p. 61-82.

BISQUERRA, Rafael (2009), *Psicopedagogía de las emociones*. Barcelona: Síntesis.

CAPEL, Susan (2002), *Reflexiones sobre la educación física y sus prioridades*. México: Secretaría de educación pública.

CORBELLA, Joan (2004), *Benestar emocional*. Barcelona: Columna.

DAVILA, Miguel Angel. “La educación física y el deporte: Ámbitos de intervención”, *Revista digital efdeportes*, 2007, núm 107.

DE MONTES, Zoraida; MONTES, Laura (2002), *Mapas Mentales pasos a paso*. México: Alfaomega.

DOBBS, David. “ Hermosos cerebros “. *Nacional Geographic*. 2001, vol 29, núm 4 p. 2-21.

FERNÁNDEZ, Otilia; LUQUEZ, Petra; LEAL, Erika. “ Procesos socio-afectivos asociados al aprendizaje y práctica de valores en el ámbito escolar ”. *Revista Telos*, 2010, núm. 12, p. 63-78.

FERNÁNDEZ, María; PALOMERO, José; TERUEL, María. “El desarrollo socioafectivo en la formación inicial de los maestros”. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado (REIFOP)*, 2009, Volumen 12, Nº 1.

GONZÁLEZ, Maria Jose (1997). *Metodología de la investigación social. Técnicas de recolección de datos*. Alicante: Aguacilara

GONZÁLEZ, M<sup>a</sup> Teresa. “Algo sobre la autoestima. Que es y como se expresa”. *Universidad de Salamanca*, 1999, núm 11, p. 217-232.

LAGARDERA, Francisco. “ La conducta motriz: un nuevo paradigma para la educación física del siglo XXI “. *Revista Conexoes*, 2007, v.5, núm 2.

LÓPEZ, Alejandro i GUTIERREZ, Viviana. “La calidad de la clase de educación física. Una guía de observación cualitativa para su evaluación”. *Revista digital efdeportes*, 2002, any 8, núm 48. <http://www.efdeportes.com/efd48/calidad.htm>

MARINA, Jose Antonio. “ Precisiones sobre la educación emocional “. *Revista interuniversitaria en formación de profesorado*, 2005, núm 19, p. 27-43.

SERRANO, Beatriz (2009), *Inteligencia emocional: una herramienta para la educación familiar*. Madrid: San Pablo.

SOLER, Susanna; VILANOVA, Anna (2010) “La Investigación en EF”. Dins C.Gonzálex i T. Lleixà ( coord..) *Educación Física. Investigación y Buenas Prácticas*. Barcelona: Graó.

TOLLE, Eckhart (2004), *El poder del ahora*. Barcelona: Viena.

VELÁZQUEZ, Carlos (2004). *Las actividades físicas cooperativas*. México D.F: Secretaría de educación pública.